

準備應對感胃大流行



打噴嚏時用
紙巾遮住口鼻



給家庭制訂
一份應急計劃



咳嗽時用肘彎擋嘴



勤洗手



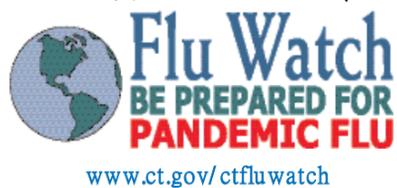
生病時不外出



儲存一些食物、
水和衛生用品

感胃大流行是指在全世界蔓延一種新的感胃病毒菌株。數以百萬計的人可在感胃大流行期間得病，甚至死亡。以下是我們可以做哪些事來準備好應對感胃大流行：

- ❑ 保持健康：飲食營養平衡，每天鍛煉身體，充分休息。
- ❑ 經常用肥皂和水洗手或使用品消毒劑。
- ❑ 不與接近生病的人。
- ❑ 咳嗽時用肘彎擋住嘴或用紙巾遮住口鼻。
- ❑ 用消毒劑清潔公共傢俱和物品的表面。
- ❑ 生病時不外出。
- ❑ 給全家制訂一份應急計劃：在緊急情況下如果你被隔離，其他人該去哪裡暫避和與誰聯繫。
- ❑ 儲存可維持兩週的食物、水和衛生用品。
- ❑ 準備好處理感胃廢物的物品。



有所瞭解，有所準備！



若需要更多流感大流行及如何準備應對的相關資訊，請查詢網站 www.ct.gov/ctfluwatch 或打電話 2-1-1。